# 道德经章心得感悟(模板19篇)

作者：独行侠的世界 更新时间：2024-03-21

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。道德经章心得感悟篇一老子《道德经》的另一个广博在*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。

**道德经章心得感悟篇一**

老子《道德经》的另一个广博在于任何人读之可以感悟出个体自己领域内的和外延，老子道德经读后感。也就是每个人都可以读出自己贴切的答案和个体标准。

以上是从宏观上对《道德经》的感受。而在微观上，老子对自然存在、科学、宇宙守恒、人文、国家管理、战争、人性、生命、名利、权位甚至物理都有自己独到精确和细致的认识。

下面对《道德经》的某些段落、重要的文句与自己的观念给出个人的感受：

(1)首句：“道可道，非常道;名可名，非常名。”(1章)

“道”可以泛指，自然的方面可以指自然规律，如：星系的运动轨道，物质的自然混成及固有的运动轨道和方式;人文方面可以指人道、道德、人类发展的自然规律。

“可道”是指出宇宙自然规律的确定性和因果关系。也就是宇宙的自然规律的可以被人类认可和确定的现象。

“非常道”又指出人类一旦用言语文字来表达就存在着不确定现象。用物理的观念来分析就可以认为是一种动态的存在使一切都不确定。也可以认为是指出人类的有限性而难于道出自然界的全部或准确的自然动态。

“名可名”就是人类对一切现象的命名，名可名是老子认可了人类思想活动对自然的命名。另一方面，又用“非常名”区分了“人类的名”和“自然的不可名”。

所以这样的一对排比句道出了宇宙无常和人类有常的界限。前面简单的6个字“道可道，非常道”就道出了人类不同参照系下的各种理论体系的存在是一种自然存在的现象。

(2)“无为而无所不为”是一脍炙人口的名句。

无为，不是字面上的直解不做任何事情，而是不做不符合自然规律的事情。当你不做违反自然和违反社会规则的事件时,你所做的其它事件就是无所不为。当然,在这里对“什么是违反自然和社会规律”的“无为”事件的判断是必须具有各种层次的经验和高度智慧。

举一些在自然低层次且简单的例子;例如：你不会游泳，就不要只身跳入海里。不跳海就是一种“无为”。这种不跳入水里就是一种经验的“无为”，而这种无为会给你的生命存在带来关于该问题的保障，这种保障就是一种变相的“无所不为”。上面举的例子是较为简单而浅显的例子，任何人都可以根据经验给出相应的、各种参差不同层次的“无为”和“无所不为”。

(3)人发地,地发天,天发道,道法自然。(25章)

这是一句用大小来定性宇宙存在的相互包容顺序，特别是老子在那个时代能够发现出了我们所看到的天被“道”所包容是一件非常了不起的宇宙观，更有对宇宙的存在给出了终极的自然存在观，而不是给出“神造”的自我臆测，这也是当时时代难能可贵的自然客观存在观念。

在这一章里，还有一句话是“人也大”，这一句主要是对人类精神伟大的特指，换句话，可以认为，人类的精神思维世界可以包容天地而存在。

(4)战胜以丧礼处之(31章)

老子在强兵反战与孙子的战略思想同出一辙，是以不战而胜为上上，而战胜以丧礼处之。说明老子对生命的尊重和不得以而为之的战争策略。

(5)道生一，一生二，二生三，三生万物。(42章)

在这一句话里，是很有趣和抽象的。本解突出用现代物理的思路与之对应。为何老子认为三生万物，是说明老子认可这个宇宙是只有三样最基本的东西吗?那么，寻找这三样事件与现代物理学对应的是什么?就个人的分析就是“运动”、“空间”、“自然力”这三样;可以认为万物都是这三个事件组织而成的事件，没有更多于这三样的东西存在。这是对三生万物的物理分析。

从此可以推出，二生三的物理意义。“二”就是“动”、“力”这二个事件的存在产生物质的“三”。三就是万物。再往上推，“一生二”中的“一”指的是整体的宇宙，就是我们这一个宇宙，而宇宙是产生动、力这“二”个现象的根源，从物理学的角度分析，进一步可以认为动力互相转换是自然存在的因果关系。

最后，老子认为，道是宇宙存在的基本源头，也可以认定在自然角度上这个道是指特定的运动轨道。在人们对老子的分析中，主要认为他的道，因此把他称为“道家”。其实，对于德，是老子不能忽略的另一个主要元素。德产生道和道产生德是互存的两个基本元素，这也是81章用《道德经》命名的一个主要。与之对应的是物理学上的《动力学》;可以认为道是由德决定的。对应于运动轨道是由力产生的物理现象。任何轨道如：导弹的运行轨道，物体的运动轨迹都脱离不了力的作用。也就是道是被力所决定的因果关系。反过来，力是由运动的道所产生的现象是人类难于直观觉察到的事件。关于这一点，将来的物理学定会给与正确的认识。因此，宏观地可以认为道德经可以对应于动力学，这是从物理学方面给与抽象观测的认定。由于当时动力学没有得到普遍的认识和推广，把“德”对应于“力”对于我们分析老子的自然科学观或许会有点牵强附会。

然而，在社会科学方面，道德更多的是指人类社会的基本规范。由于人类更注重于社会问题，因而在社会上指人类遵从的社会公德是一种道。在人类道德方面，老子在社会公德提出了比孔子“以直报德”更高层次的“德”是“以怨报德”，关于这一方面的分析范文有很多的解释更好，我就不在这里进行更多的瞎扯。

另外老子对于宇宙自然的相对性、物极必反、中庸之道、道无常、柔弱刚济、处事处世、大小上下、重轻强弱等等相对、绝对的分析都能给出最大参照系的分析和包容，甚至对不确定性、悖论的数学物理关系都能给出抽象的合理分析，这种分析虽然不能给出方程的确定性，然而却能指出方程的不确定性问题。也就是他当时的思维可以直达物理学目前的最高境界“不确定性原理”。

总而言之，《道德经》是在哪个时期，甚至在当代仍然不失为一部对自然科学、社会科学、人文科学直至“天人合一”的简明而客观的经典著作。

上面的分析仅仅是一家之言,着重用与当代物理学有一些必然联系的视角来分析,使之有以更宽的视角和不同于专业道家的分析来充实道德经的。至于和各专家有南辕北辙的分析结论也正是《道德经》的魅力之所在。自然是简单的，所以《道德经》本身也是简单的，仅仅是他所包含的参照系是一个最大的参照系而已。这也是《道德经》的伟大之所在!

**道德经章心得感悟篇二**

道德经是中国古代哲学经典之一，被誉为道家思想的集大成者。它含有极为丰富的道家思想，让人们在生活中得到很多启发和感悟。下面我将结合我对道德经章节的理解，分享一些自己的心得体会。

第一段，道德经中的“道”的意义。道德经全书重点强调的的就是“道”，那么什么是“道”呢？《道德经·第一章》对“道”的解释是“道可道，非常道，名可名，非常名。”这句话告诉我们，道是极为抽象和难以言说的，不能被界定。我们听到的、看到的、感知到的，都只是偏离了此道的表象。只有深入此道，才能看清本质，抽离出一切万物的表象。我们在生活中常常会受到种种杂七杂八的影响，心情难以平静，而把“道”当成自己慢慢追寻的目标，持之以恒去追求它，能够帮助我们保持冷静，解决一切困扰。

第二段，道德经中的“无为而治”的思想。《道德经·第二章》说：“天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。”这句话告诉我们，善与美存在对立统一的关系，我们只能通过纯熟的“无为而治”的方法去处理事物。“无为而治”，就是不要去追求结果，不要让自己麻烦更多，而是要尊重自然，不与事物对抗，随时随地保持着一种平静的内心。这不仅能让我们处理事物更高效，还能够让我们避免许多不必要的麻烦。

第三段，道德经中的“养生”的思想。徐坊对“养生”有着特别的讲解，他认为：“养生入道，入道纵使其本来状态无需调整，也会产生增强自我、内心沉淀等悟道效果。”在《道德经·第十六章》中，庄子曾说：“治大国若烹小鲜。以道蒞天下，其鬼不神。非其鬼不神，其神不伤。”意思是说治理大国如同烹制小鱼，必须有分寸，不能妄加干预。对于人的身体健康同样需要这样的分寸和尊重。《道德经》中提出的许多方法，如饮食、运动、休息等，都是为了达到“身自而止”的目的。

第四段，道德经中的“无为而无不为”的思想。道德经中的无为不是指不做事，而是指没有“自我”的干预，去顺势而为。有时候，我们觉得某些事情要去追求，有时候又觉得某些事情不必去追求。如果我们能够适时的“无为而无不为”，就能够更好地遵循人生的规律，并应对生活中各种变化。同时，还能够让生活更加自然、流畅，不必强求。

第五段，总结。道德经的思想对我们现代人的生活有着极大的启发意义。我们可以从中学习到许多关于生活的哲学智慧，在处理生活中遇到的难题时做出更明智的决策。只要我们能够保持这种心态和状态，能够稳步前行，我们的内心就能够越来越平和，越来越富足。所以，对于我们现代人来说，深入理解并遵循道德经中的哲学思想，绝非一件可或缺的事情。

**道德经章心得感悟篇三**

《道德经》，蕴含了丰富的人生哲理。千百年来，上至帝王将相，下至黎民百姓，无不从这部人类文明史上的智慧宝典中汲取治国安民、修身养性、立人处世的精髓。

当今社会科学发达，社会经济高速发展，人们的物质财富越来越殷实，而精神财富却越来越贫乏，道德沦丧的现象日益严重。“堂堂正正做人，踏踏踏实实工作”的呼声日益强烈。物欲横流的现实生活中，如何去面对金钱、地位、美色的诱惑呢?我们同样可以在《道德经》这部圣典中找出答案，那就是要求我们在日常生活、工作和家庭中注重守静处世，清静自省，尽心本职!

既然我们个体十分渺小，力量十分微弱，人生十分短暂，我们何不端正心态呢?静心、净心、尽心就是人们的三个不同心态层面。静心:静安人生坐标;净心:净处人生方向;尽心:尽展人生作为。

静心，静安人生坐标。

老子以“清静为天下正”，“清静无为”为修道之本。《道德经》十六章云:“致虚极，守静笃。”强调了致虚守静的修养。“致虚”就是要消除心灵的蔽障和理清混乱的心智活动，而后才能“守静”，通过“静”的工夫，深蓄厚养洞察力，才会“知常”，逢凶化吉。

老子之后，庄子强调少私寡欲，以静养神，这是道教静中养生的思想理念。

“静心”，才能“知其雄，守其雌”、“知其白，守其黑”、“知其荣，守其辱”;静心，才不受名利得失困扰，不因进退去留而影响;静心，才守得住清贫，耐得住寂寞。

总之，静心是安心工作之本。人们的心境达到虚静的状态，才会时刻保持谦虚谨慎、不骄不躁的作风，才会在社会中、生活中、工作中出实招、办实事、求实效。

净心，净处人生方向。

“净者，不污也”，天地万物之间，洁净不染，就是“不染”。“不染”的含义很广泛，老子《道德经》十二章云:“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎令人心发狂，难得之货令人行妨。”。意思是说五彩缤纷的世界使人眼花缭乱，各种各样的声音使人震耳欲聋，美味佳肴使人馋涎欲滴，纵横驰骋的心灵使人心态若狂，拥有贵重难得的货物使人心惊胆寒。就从视、听、味、嗅、触、物六方面形象勾划了人们因贪婪而染色、染音、染味、染心、染身所导致的严重后果。故后人云:六根清净、一尘不染。意在教人约束，收敛人们的贪欲之心。

**道德经章心得感悟篇四**

道德经是中国古代哲学经典之一，由道家创立者老子所著，共分为81章。其内容包括对“道”与“德”的解释论述，同时融合了哲学、宗教和道德的思想，影响了中国文化和社会的发展。道德经所揭示的人生哲理和道德价值被许多人深深地感悟和领会，对其产生了深刻的体会和心得。

第二段：道德经对于我们的启示和借鉴

道德经在揭示人生哲理和道德价值的同时，也提供了一些宝贵的生活指导和行为准则。例如，“守静笃初，天地之气，率性而为，无为而无不为”，告诉我们要勤于思考宁静致远的生活方式；“以无为之事，故无败之事；以静为友，可以得神”，告诉我们要保持内心的平静，才能达到高境界有所成就。这些道理都是我们在日常中需要遵循和实践的。

第三段：道德经对于社会治理的启示和借鉴

道德经不仅为我们提供了一些生活经验和指导，同时对于社会治理也提供了一些有价值的启示和借鉴。例如，“治大国如烹小鲜”，告诉我们对于国家治理要讲究切实可行的步骤和计划，不能贪功冒进；“大成若缺，其用不弊，大盈若冲，其用不穷”，告诉我们要点滴积累，博大精深，不能急功近利。这些道理不仅可以引导我们做人、做事的态度，同时也指导了各级领导人的治理思路和方法。

第四段：道德经对于人际关系的启示和借鉴

道德经强调“无为而治”、“知人者智，自知者明”，告诉我们应当以宽容、包容和理解的态度你待人，了解自己的优点和不足。同时，还提出了“为学日益，为道日损”的教诲，告诉我们应该不断地探求和学习新的知识和技能，塑造自己更好的形象，才能不断地进步和成长。

第五段：总结道德经对于我们的重要意义

总而言之，道德经所揭示的人生哲理和道德价值是我们在成长中需要遵循和实践的准则；同时，其对于社会治理、人际关系等方面也提供了许多有价值的启示和借鉴。我们应当认真学习和领悟其中的道理，不断地将之运用到日常生活和工作中去，塑造一个更加自律、宽容、高效的人格形象，让我们的生活更加丰富多彩和有意义。

**道德经章心得感悟篇五**

《道德经》在中国几乎是家喻户晓，两千多年来一向影响着人们的思想和生活。读书就应与时俱进，不断吸取新鲜营养，但同样也不能放下对传世经典和传统文化的学习。读高中的时候，我以前粗略的读过老子的这本著作，但只是一知半解，似懂非懂，之后随着生活阅历的丰富，慢慢的体会多了一些。

在我看来，《道德经》是一部充满了东方智慧的哲学著作，对中国社会和文化产生了十分深远的影响，对现代社会同样也具有很好的指导好处。其实，我们很多常说的典故和词语就来源于《道德经》，如无为而治、上善若水、大象无形等等。当然，虽然它只有短短的五千言，但是思想十分深刻，要把它完全读懂也不是件容易的事，这天我主要想讲一下我读后的一点心得：柔弱胜刚强。

万事皆有“道”，如为官之道、从商之道，还有此刻流行的养生之道等等，大到治理国家、管理企业、小到为人处世和个人生活，都离不开“道生之、德畜之、物行之，势成之”的道理――就是说事物产生之后，要用道德去培养它，用实际行动去支持它，并且依照形势去发展它。老子在《道德经》中赋予“道”以至高的地位，“道”的地位之所以无穷无尽，就是因为它的本性是柔弱。如果把它运用到我们的生活中，就是柔弱胜刚强。

柔弱与刚强是一对矛盾体，那么柔弱是如何战胜刚强的呢它需要忍耐和克制，需要韬光养晦、忍辱负重，需要年复一年的付出。“水滴石穿”的道理大家都明白，水是至柔的东西，但是它却蕴含了无穷的力量。海纳百川，有容乃大;壁立千仞，无欲则刚。其实，正是因为柔弱，它才蕴含着无穷的潜力，才能够永远充满活力。就像柔弱的小草，在狂风暴雨中随风飘摇，却永远不会折断，而高大强壮的树木，却很容易被大风摧折。

历也有很多的故事说明了这个道理。刘邦因为有柔弱的性格，处处留意谨慎，每次大难临头都化险为夷，项羽虽然骁勇善战，可惜他狂妄自大，到头来却身败名裂，乌江自刎。还有勾践“卧薪尝胆”、韩信“胯下之辱”的故事，都说明了这个道理。弓满易折，人强易亡，柔弱胜刚强。试想，假若当年越王勾践不忍辱负重，意气用事，何来日后东山再起，报仇称霸同样，要是韩信不受跨下之辱，冲动之下拔剑杀人，之后的结果恐怕是以身偿命，默然消失，就没有以后叱咤风云，击败霸王项羽流芳百世的将军了。

“野火烧不尽，春风吹又生。”小草是柔弱的，但是它的生命是顽强的。在抗日战争中，当时弱小的中国忍辱负重，最终战胜了强大的日本侵略军。在此刻和平时代，我们国家一向坚持韬光养晦的外交政策，实际上就是不逞强，以低调的姿态参与国际事务的处理，赢得了世界各国的尊重，而美国凭借他的霸主地位，到处惹是生非，国际声誉每况愈下。

柔弱，并不是胆小怕事、唯唯诺诺，它在现代社会表现出来是一种谦虚谨慎、低调务实的态度，是一种虚怀若谷的胸怀。对于为人处世而言，柔弱是一种自我修养，它教我们要学会不自满、不逞强，要学会韬光养晦、宁静致远，不要因为一时的成功就沾沾自喜、得意忘形，也不要因为一时的失意就消极懈怠、丧失信心。对于为官从政而言，柔弱也是一种生存智慧，即使身居要位也要低调谨慎，要善于守拙，不能锋芒毕露，否则弓满易折。“天下之至柔，驰骋天下之至坚。”适当的示弱，才能够以退为进，成为最后的赢家。

柔弱胜刚强，这是古人教给我们的哲理，仔细品读《道德经》，你能够感受到老子的思想穿越时空，直达我们的心灵。收起你的锋芒，保存你的实力，卧薪尝胆，以柔克刚，在适宜的时候主动作为，必将成就一份伟大的事业。

道德经感悟心得范文

**道德经章心得感悟篇六**

“天长地久。天地所以长久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先;外其身而身存。非以其无私邪?故能成其私。”意思是说天长地久，天地之所以能长久，是因为它们不为自己而生息，自然而然的存在，所以才能长久。所以说圣人把自己置于后，反而受到推崇，把自己置之度外，反而保全了自身。这不正是由于圣人不自私吗?所以才能构成就了他自己。

无为是一种心境、一种修养，是辩证的。站在老此文来源于文秘写作网的角度，向社会推广无为，有助于国家的稳定，但如果站在历史发展的高度，片面的无为是无助于人类的进步的，所以对于当代的青年人理解古代老此文来源于文秘写作网的无为论应该以辩证的方法，一分为二的看待，“则其善者而从之，其不善者而改之。”对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”

《道德经》是一部中国古代朴素辩证法的启蒙巨著，拉开了从古至今几千年来人类对自然规律进行探索的序幕。辩证的去看待它，取其精华，弃其糟粕，对我们人生的指导是大有裨益的。

**道德经章心得感悟篇七**

第一段：引言（200字）

道德经是我国古代文化的重要遗产，也是中国民族的精神财富之一，其中的道德经O章更是被誉为古代哲学的典范。道德经O章以独特的视角、简练的语言和深邃的思想深入人心，给我们提供了一种斩钉截铁的生活智慧和指导。读完道德经O章，我深深感到它对我的启迪和影响，并对其中的几点感到最深。

第二段：淡泊与寡欲（200字）

道德经O章中常常提到的一点就是淡泊和寡欲。我们现代人常常追求功利和物质财富，以此为自己的目标。但是，道德经O章告诉我们，“建功不立，言教不行”。“名可与之遂，身欲与之遏。” 此意表示我们并非只看外在财富和个人名誉，而是应清楚并遵守自己的内心道路，可能另有更高的精神层面的东西。 飞黄腾达并不能使我们得到永久的普遍意义的快乐，而真正珍爱的东西，就是富有真心的朋友和内心的平静。

第三段：闲静与沉淀（200字）

我非常喜欢道德经O章的另一种精神状态，就是闲静和沉淀。在生活繁忙的时候，我们需要一段时间来呼吸一下，摆脱日常的喧闹和繁琐，静下心来，寻找自己的核心。正如道德经O章中所表达的：“反者道之动；弱者道之用。” 空旷的时间不仅为我们提供了回归内心的机会，还使我们深入思考核心的问题，形成持续、稳定、稳定的创作力。

第四段：缺陷和完美（200字）

读完道德经O章，我发现它还提供了另一种有益的心态：认识自己的缺陷和接受自己的不足。很多时候，我们认为我们有不良的感受和特质，会拼命想要去隐藏和掩盖。但是道德经O章指出，“拆之必兴；起之必毙。” 在我们接受完全的自我之后，我们才会有所开拓和发展。这样不仅有利于克服自己的缺陷，还会让人们更加宽容自己和他人，让人们走向真正的完美。

第五段：生机与死亡（200字）

人们往往害怕死亡和老去，但道德经O章告诉我们，死亡和老去是自然的阶段，“绳绳以佁者，灌灌以糈者”。 “天长地久，天地所以能长且久者，以其不自生，故能长生。” 每个生命都有自己的进入和离开的时间，但是只有目睹了死亡，才能真正的享受生命，因此，我更加珍惜自己的时间，珍惜现在拥有的每个瞬间，努力生活，满足内心的需求，并按照每个人自己的路线走下去。

结论（200字）

道德经O章是非常珍贵的精神财富，它以卓越的哲学思想和文化智慧深深地影响了每一个人的成长和意识识。它的各个方面都对我产生了深入的感触和正向的心态，如淡泊与寡欲、闲静与沉淀、缺陷和完美、生机与死亡。正是由于道德经O章的影响，我更加珍惜生命中的时间和每个人的内在价值，理解自己和他人，并以积极的态度生活，并试着走出自己的道路。最后，我希望更多的人能够理解和运用道德经O章的精神内核，增强他们的自信和信仰，成长为综合发展的人才，为建设美好社会做出了积极贡献。

**道德经章心得感悟篇八**

相信很多人都听过“道可道，非常道”、“上善若水”、“无为而无不为”、“祸兮福所倚，福兮祸所伏”等经典名句，它们都出自《道德经》。这些智慧能量满满的文字，渗透在中华文化中传递千年，历久弥新，哪怕随手翻出来一两句琢磨一下，都能有所收获，这就是《道德经》的魅力所在。

无为，是《道德经》的核心思想之一。历史上也曾有很多解读认为无为的思想过于消极，是不思进取。其实，老子倡导的无为并非目的，而是一种常人很难企及的状态，是“为”到极致才能达到的“无为而无不为”的境界，这种“为”与“无为”之间的转化就像阴阳两极的关系，是辩证的客关规律。

大家都知道，金茂上海环沪事业部有着非常好的跑步文化，偶尔设置一些小激励，每周完成3次5km以上跑步打卡任务，可以获取精美小礼物。从“为”的角度来看，单次5km对于不常锻炼的人来说是需要一点毅力来完成的，如果要追求速度，那更需要下一番功夫才行;但对于跑半马甚至全马的大神级人物来说，完成单次5km不在话下，就像普通人走路一样，不用刻意，轻松完成，那么这种状态就有点接近“无为”了。

又比如，我们地产开发是一个综合性很强、涉猎面很广的行业，由于工作中交集繁多复杂，所以对流程的规范性要求也很高。大家都走过流程，很多流程第一次走，不是因为种.种不合规范而被打回，就是由于线下沟通不到位而导致走不下去，有些稍微复杂的流程要反复“折腾”，刻意而“为”，才能通过审批。读后感·随着工作熟练度的增加，我们走流程前已经懂得做好线下沟通，流程规范也早就心中有数。这时，走流程这项工作不再需要刻意而“为”就可以顺利完成，这种工作状态也可以说是离“无为”近了一点。

结合上面的小案例我们更容易理解，老子倡导的“无为”，是“为”到极致才能到达的一种境界，俗语中的“熟能生巧”、哲学三大辩证法规律中的“量变引起质变”理论也都具有类似的概念，这些概念强调的不是结果，而是具备这种能力的状态。

所以，《道德经》带给我们的不是虚无缥缈的消极不作为，而是向世人揭示一种客关规律，对人的作为提出了更高的要求与目标——无为而无不为。

道德是衡量社会文明程度的一个标志，关于道德问题前人有很多思考，下面我想谈谈自己对道德问题的一点感悟。

道德与本性

关于道德与本性，先秦时代就有三种不同的论断：孟子的性善论，荀子的性恶论以及告子的性不善不恶论。探究这三种观点的不同主要是在于看待问题的角度不同，这三种观点都有片面性，但也有可取之处。

我以为论本性无分善恶，同情、怜悯、嫉妒、残暴等等都包含于人性之中，只是有些本性更容易导向善的方面而有些却很难。所以，道德的形成要有一个导向善的助力，这个助力就是教育。

道德与教育

原始氏族社会是否存在着道德的意识?这个问题是复杂的，氏族社会的基础是建立在血缘关系上的，而原始社会是以群居为生存形态。氏族社会的首领是德律的一种权威，原始人无鉴别的能力，有一种群体从众的心理，这正是道德的一种强制性。而这种强制性的接受会使人在道德权威的阴影下形成一种固守旧俗的状态。

文明进步的基础是教育，教育程度越高对道德的重视程度越高，对道德的认识更清楚，向上的善念也会越多，从而产生与时俱进的新道德。

道德的内在精神

不同时代、不同地域、不同文化对于道德的界定也不同，所以把风俗、习惯或是外在因素作为判断道德的标准是不确切的。虽然道德的外在充满不确定因素，但道德内在的原理与精神是确定的，即道德要适应时代环境，道德要对人类社会的发展有利。

情绪是推动个人道德发展的动力。孔子曾说过：“克己复礼”，克己实则是对自我情绪的一种节制，但这种节制并不等于完全的压抑与消灭情绪，而是要把坏情绪转化为好的情绪。

情绪也分为个人情绪与社会情绪，在群体压力下个人情绪可能会受到社会情绪的影响，如果完全放弃个人情绪而遵从社会情绪，那么社会就不会发展。正如杜威说的：“文明进化的历史是特立独行之英雄的历史。”

过度的私心和欲望是道德发展的阻力。

每个人都有私心和欲望，过度的自私和欲求会破坏道德的发展，但适当的私心与欲望是道德发展的动力。比如你现在帮助一个人，表面上是出于你对她的同情，其实潜意识里你是有私心的，如果当自己陷入困境的时候，希望受自己帮助的人也会给予同样帮助，这是一种互助的私心。

**道德经章心得感悟篇九**

道德经是中国古代哲学经典之一，蕴含着丰富的思想精髓和人生智慧。其中的“道德经O章”是道德经的第一章，也是最为经典的一章，其内容涵盖众多哲学思想和生活指导。作为普通人，我们可以从中汲取到很多人生的启示和帮助。下面，我将分享一下自己对这章内容的感悟和体会。

第二段：无为而治

“大道至简，无为而治”，这是“道德经O章”的核心思想。它告诉我们，在处理事务时不要过度干预和计算，应该让事物自然发展。这种“无为而治”的态度可以使我们避免不必要的麻烦和失误，也可以让我们发现问题的本质和解决之道。

第三段：尊重自然

“道”是自然法则和宇宙真理。我们应该尊重自然、信任自然，从中寻找灵感和智慧。这种尊重自然的态度，也可以使我们更加谨慎地处理复杂的人际关系和琐碎的事务。同时，自然也告诉我们要保持平衡和谐的心态，才能够顺利度过内心的波折和考验。

第四段：懂得退让

“柔弱者胜刚强，鱼不可以脱于渊，国之利器不可以示人。”这句话告诉我们，强者不一定能够战胜柔弱者，柔弱者也有很多优点和胜利的机会。在生活中，我们应该懂得退让和妥协，避免因争斗而失去自己的尊严和价值。这种懂得退让的态度，也能让我们处理人际关系更加和谐、流畅。

第五段：自我修养

“治大国若烹小鲜，以道莅天下，其鬼不神。”这句话告诉我们，一个领导者需要自我修养，才能够管理好整个国家。同样，作为普通人，我们也需要有自我修养的意识和方法，不断提升自己，才能够更好的面对自己的生活和工作。同时，也应该感悟到“道德经O章”的深刻道理，好好生活、好好学习、好好工作，做一个有道德、有价值、有意义的人。

结语

此次分享，让我深切体会到“道德经O章”所蕴含的思想精髓和人生智慧，也让我更深刻的理解了如何做好自己的生活和工作。希望大家也能够从中获得收获和启示，成为更加优秀的人。

**道德经章心得感悟篇十**

“无，名天地之始”

“名可名，非常名”

语言和名相不可执着，我认为有其一定的科学性。圣人之言论，于其时代，于其生活背景可行。但不论是自然还是社会，或者每一个个体，都在变。譬如孔子重视“礼”，是因为周末年人心不古，道德有悖，而《红楼梦》中，在一个“家教甚严”的大家族要遵死礼，就是对年轻人自由思想的扼杀，鲁迅反传统文化，是外国的坚船利炮胁迫中国人不得不直面战争，直面生存困境，在活下去都如此艰难的战争时代，要普通百姓都知礼谈乐是天方夜谭。而在现世，经济科技网络发展，人有了钱想要更有钱，无止尽地追逐美，物质，权力，这于自然规律是相悖的。

世间凡种.种，都盛极必衰，人的物欲若不加以节制，必定会在一定程度上妨害思想或精神。所以现代说要复兴国学，因为国学里有一种中庸之道，对自然有一种敬畏之心。譬如严冬熬过必会开春，自然延续了千万年的法则，人也应该遵守。所以“知道”后，人应该采取一种平和的生活方式，在平和的一天又一天中去探求宇宙生命的真谛。

“故常无，欲以观其妙;常有，欲以观其徼”

就如我第一个问题，世上还有许多的问题不可答者，现实中似乎没有线索，因此要从“无”中寻。而“无”玄之又玄，因此我们要从“有”中细察端倪。事物的发也有道，那其生亦有道，正所谓“此两者，同出而异名”，“道而一”，因此“无”也可观也。

道德经感悟

**道德经章心得感悟篇十一**

《道德经》只有五千余字，后人分其八十一章。虽然字数不多，却是章章锦绣，字字珠玑。可谓旷世奇书。个中道理自然“玄之又玄”，故而让很多人望“道”兴叹。那么小编今天就给大家带来几篇关于道德经读书心得!

我觉得《道德经》潜藏的一个主题是，老子提出的“道”，是他哲学思想的核心。道的含义博大精深，需要我们从各个方面来理解。事实上，宇宙万物之运行，是存在必须的客观规律，这个客观规律，需要我们有联系的、全面的来认识，来理解。但人类限于时间和空间，能全面系统地认识宇宙万物，看来是虚渺而不可能的。但我们生活在这个世界上，我们自己走过的路，要不断总结，不断思考，找出规律，逐步认识世界，理解世界，掌握未来世界的运行规律。所以对待老子的思想，要批判的继承，取其精华，去其糟粕。他的许多资料在这天看来也是十分具有指导和教育好处的。例如“功成身退”“宠辱不惊”等为人处事的原则是中华民族的精髓，更是安身立命，为人处事的基础。在物欲横流的这天，老子提出的“致虚守静”，“少私寡欲”等处事的哲学是拯救人们心灵的一剂灵药，让我们正确的看待得失，能够净化人的心灵。

以上是我对“道经”总的认识，下面就具体谈谈我对其中的一些观点的感悟认识。

每个人都有私有欲，应对私欲，务必先自反自省，然后自清自虚，若能做到自知、自胜、知足，那么就能够算是得道。当社会需要用礼智维系的时候，虚伪巧诈也就慢慢的产生了，祸乱也跟着来了，自以为聪明的人，以智取巧，实在是愚昧的根源，因此我们应守质朴的大道，不要虚伪的巧智，取用道的精神，舍弃礼智的浮华。一切需自然而行，道的作用是柔弱谦下，天下万物是从有而产生的，而有却是从无产生而来的，无是道之体，有是道之用，人应无为、无事、无智、无知、无欲、无我、无私才能到达道德最高境界。随着科技的日益发达、经济的高速发展、人民生活水平的提高，人们的物质生活丰富了，但是精神世界却越来越空虚，人类的道德观念面临着严峻的考验，其中不乏有些人冲破道德的底线，追求权力，物质，金钱，荣誉。物欲横流的现实生活中，如何去应对这些问题，我们同样能够在《道德经》这部圣典中找出答案，那就是要求我们在日常生活、工作和家庭中注重为人谦虚、心态平和、淡泊名利、时刻反省，尽职尽责!。

人生短暂，笑对人生也是过，情绪烦躁也是过，我们何不在工作学习中端正心态呢?谦虚是一种美德，更是一个人的修养，并不是象人们所说的谦虚就是虚伪，我觉得谦虚有两层意思，谦是谦卑，是一种处事的修养，也是对别人的一种尊重;虚就是虚心学习，使之更加完善，做得更好。当别人夸奖你时，你完全能够说声“谢谢”，因为这是别人对你工作的肯定，你完全受得起，但并不是说你就此停滞不前了，还需要虚心求教，找出不足，让自己有更大的进步。心态平和是安心工作之本，只有心境到达虚静的状态，才会时刻持续谦虚谨慎、不骄不躁的作风，才会在社会中、生活中、工作中出实招、办实事、求实效。不仅仅如此，平和的心态还能够帮忙处理好朋友和同事之间的关系，使之变得融洽。观看《道德经》后，我觉得理解老子的思想是一种愉悦，是一种洗礼，是一种灵魂的滋养。

做一个有道德的人，无为而治，任何时候做到宽容(设身处地从对方角度思考问题)、向善(对善良的人善待他，对不善良的人也能善待他)、谦卑(要能如水的品质)、知足常乐(凡事适可而止，知足者富，安贫乐道，放下名利、放下虚荣、放下固执，多一些知足、宽容和快乐)

复归于婴儿般的自然纯真状态，统治者卑谦若谷，民众为而不争，然后社会才能正常发展。

《道德经》一书中的智慧，源于老子对事态人情的深彻洞察和深刻思索。战争频仍、社会动荡、生命无常，点点滴滴积淀成老子的关于人性修养、处世哲学、治国之道、军事哲学、养生之道等的智慧之学。

那《道德经》究竟和好处何在呢?下面是我们组对《道德经》的一些理解和人生感悟!我们把它概括为两点，一是“心存善念悟大道”二是“处下无为成大德”。什么是“心存善念悟大道呢?”首先来看看什么是大道?道德经里面说“道可道，十分道”意思是说能够用语言表达的大道就不是永恒普遍的大道了，为什么呢?因为第一语言具有其局限性，有些是只能意会不可言传的!第二道是运动变化的，不断展开的，而说明他的语言是固定的，不能随时运动变化的!举个例子，有一首歌唱得好啊:你问我到底爱你有多深，月亮代表我的心“为什么不直接形容证明到底有多爱，而是说月亮代表我的心呢?正是因为这种爱太深沉，太永恒。所以无法用语言表达出来，不能够道明。任何华丽的词藻，在这深沉而又永恒的爱面前是那样的苍白无力!所以就像老子所说的越是深沉普遍的东西越无法表达、说清与道明!那既然道是无法说清与道明的，所以我们认为那只能“悟”那怎样去悟呢?要以什么样的心态去悟呢?我们认为要“心存善念”只有心存善念才能领悟到道的真正与真谛!

守常才能包容，能包容才能公道，公道才合王道，王道才是天道，天道才是大道，大道才能永恒，终身不会出现困阻!这教育我们要静心，要宽容!

前面讲的都是指善要对别人好，其实善也要对自己好。道德经第十三章“故贵以身为天下，则能够寄于天下，爱以身为天下，乃可托于天下”意思是说把自己的生命看得比获得天下还重要的人，才能够把天下交给他;对自己的生命比对获得天下还爱惜的人，才能够把天下交给他。老子的意思用此刻比较流行的话解释是“身体是革命的本钱”他要求我们学会一种养生之道!因此只有“心存善念才能领悟到什么是大道!善是贯穿于整部《道德经》的。里面关于善的句子还有很多。比如第二章“天下皆知美之为美，斯恶已，皆知善之为善，斯不善已”又如第二十七章“善行无辙迹，善言无瑕谪，善数不用筹策，善闭无关楗而不可开;善结，无绳约而不可解。是以圣人恒善救人，故无弃人;恒善救物，故无弃物。”再如地四十九章“圣人恒无心，以百姓之心为心。善者善之，不善者亦善之，德善。”第八十一章“信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善。知者不博，博者不知”等等。

我对《道德经》德第二点领悟是“处下无为成大德”。《道德经》第三十九章说“故贵必以贱为本，高以下为基。是以侯王自谓孤、寡、不谷。是其以贱为本也?”意思是说贵要以贱为根本，高要以低为基础，因此王候自称“孤、寡、不谷”，这不正是以贱为本吗?孤的含义是孤立无助。寡的含义是寡德，道德不足，不称职。不谷是不善不好的意思。《道德经》第六十六章还说“江海所以为百谷王者，以其善下之故能为百谷王。”意思是说江海所以能成为百川归附的汇聚之所，是因为他们能处在百川的下位。所以能成为百川之王!这也是在要求我们要学会处下!《道德经》第七十一章“知不知，上;不知知，病。”意思是说已经有了知识，还以为没有知识，只是上等的有知。没有只是，还以为有了知识，这是有知的弊病。这也是在教我们要处下，要谦虚!

但处下并不是懦弱而是要做到外化内不化。所谓外化就是要与他人友好和睦相处，对他人谦和礼让，时时以比较低的姿态去应对生活。体此刻你能够为他人为社会改变和放下多少外在的东西!这就是外化。那什么是内不化呢?所谓的内不化就是指在如今纷繁复杂多变而又充满诸多诱惑的社会，你能持续多少内心的世界不变!能够始终坚持自己的做人原则，价值观和人生理念，持续自己的本色永不变，从而到达内心的宁静与闲和，使自己能够遇事不忧，处变不惊，临危不乱，无故加之而不怒!进而使自己的内心将不会受外在事物的影响、触动和改变!这就是内不化!只有真正做到了内不化才能做到处下!

老子第三章说“为无为，则无不为”意思是说用自然无为的方法去处事，就能无所不成。“无为”指的是不要去个性地提倡什么、鼓励什么，不去干任何能勾起欲望地事情。不是什么也不干，还是要“实其腹”，“强其骨”满足人们地要求，让人好好活着。做到物尽其用，人尽其需，这些是还是要做的。古人云“能闲世之所忙者，能忙世人之所闲!”能够把世人所忙禄的事情节省下来，才能有时间去忙世人所清闲放下的事情!无为是有为的根，只有无为才会有有为。老子第十一章中说到“故有之以为利，无之以为用”，杯子是空的，空才能载物，你才可能有水，有果汁，有蜜水。我们常人是常常只能看到有为，为了各种欲望不停地追逐，为名利不停去行有为之事。殊不知万物“以其终不自大，故能成其大”，大丈夫以有为为器，行无为之大道。有为就是名，是直接看的见的，而无为是道，好象是看不见的，但它却是确实客观存在的，而且深深的影响着、决定着我们的生活里的一切。

读《道德经》给我的感悟颇深，读之前我时常感慨“学业未成，事业未定;名不远扬，家不成立;待吾处者，烦劳甚忧。君子存，必，誉响四方，功成名就，流传千古!”那里表达的更是一种壮志未酬，追名逐利，重利轻别离的情怀!读完《道德经》之后，我的感慨有所改变“求学在外，忆往事南寻，虽为堂堂君子，难免痛苦流泪，欲拭无巾;久居在外，怎不叫人坏乡!忆亲人之语，无一不催人泪下;怀乡之山水，无一不触动心弦;念友人之助，无一不深为感动.”那里更多表现的是回到人最本质的“情”上去了!去感受那亲情，友情和大自然当中的情趣所带给人的简单与感动。体味亲情的滋润，去欣赏久违的风景，去呼吸阔别已久的空气!

在如今诱惑颇多烦恼也颇多的社会，我们马不停蹄地追逐着功名利禄，我们每一天都在不停地向生活索取，古书中的气定神闲，宁静致远，淡泊名利似乎与现代人快节奏的生活格格不入，离我们越来越远了。我们需要读《道德经》这样的古书来陶冶我们的情操，来洗涤我们庸俗焦灼的心灵，来寄托我们无所栖息的灵魂，来指明我们前进中的道路。他们的成果如同一面面明镜照亮我们的面容，如同一个个烙印镌刻在我的心中，如同一股股气流催动我勇往直前!

老子的“道”，其实并不像很多人说的那么玄乎，它是指:物质世界及精神世界变化的原因和规律——自然规律。关于“道”是物质还是精神之争，是肤浅的，属于表象范畴。

所谓自然规律:它是自然界的运行法则，是不以人的主观意志为转移的客观运动形式。人们只能通过实践认识它，利用它，却无法改变它，否则，就会受到自然规律的惩罚。

如:生、老、病、死是人生的自然规律。医生只能看病，不能救命，若能救命，普天下的医生岂不都成神仙了?但有很多人并不明白这一点，或不愿相信这个简单道理。特别是很多古代帝王，迷信江湖术士，服用什么“灵丹妙药”，妄图长生不老，结果中毒身亡，反而枉送性命。

“对立统一”，是事物存在的自然规律，也是老子反复强调和证明的观点之一。所谓对立统一，不是单个事物的对立与统一，也不是事物简单的一分为二，而是无数对立的事物交织在一起而相互依存、影响、变化、转换，构成了动态的、丰富多彩的大千世界。因势利导，顺其自然，是老子“无为而治”的思想基础。

“物极必反”，是事物运动的自然规律。是老子反复强调和证明的又一观点。如:钟摆，您说它是在左边?右边?中间?不好说?这是因为我们所看到的钟摆，只是它在某一时段的位置而已。事物如钟摆，人们所看到的事物，只是它在某一时段运动中的表象。由于事物受自身及相关因素的制约，只能在一定范围内运行，所以，——物极必反。人们由此误以为，不偏不倚，“中庸之道”才是至理，殊不知“中庸”只是事物运动过程中某一时段的短暂现象。试问古往今来，有何人、何事、何物，能永远保持或停留在“中庸”之上呢?没有!也决不可能有!

“失衡而动”是事物动因的自然规律，是宇宙的原动力。大家知道:事物都是运动的，但为什么要动?恐怕就很少有人知道其中原因了。近代科学研究发现:物质是无限可分的，我们今天所看到的物质，事实上是无数物质的复合体，从某一个体，到相近物体，乃至整个宇宙，它们相互依存、制约、影响、变化，小到元素周期，大到天体运行，甚至鸟儿飞翔，人类行走，汽车行驶等等，莫不如此:失衡——平衡，再失衡——再平衡，循环往复，构成了对立统一、五彩缤纷的美丽世界。失衡是永恒的、持久的，平衡是局部的、暂时的。物质世界如此，精神世界难道不是这样吗?放眼世界:小到人际关系，大到国家政局乃至国际形势，概莫能外。

水往低处流，这是人们所熟知的水的一条自然规律。也是水在常态下的一种运动形式。但也有例外，如:水受热就会变成气体，会往高处跑;再如:水在太空可以悬浮，这是由于水脱离了地球的引力所致。上述两种现象，就不是水的一般规律所能涵盖的。由此可见:自然规律也是有条件的。同一件事物，时、空及环境改变了，规律也会随之而改变。这就是“规律”的规律了。

老子云:“道可道，非常道”。“人法地，地法天，天法道，道法自然”。人们只有通过自己的感官，全面认识和系统分析客观事物，进而掌握自然规律，利用自然规律，而不违反自然规律，因势利导，顺其自然，才是人间之“正道”。

作为充分体现中国古代朴素辩证法神韵的《道德经》，用不多的字数，阐述了道家对宇宙本原和基本存在方式，事物的产生、发展、变化的规律及社会观、人生观的基本思想。虽然文章大部分用近乎诗体的语言，有些晦涩难懂，但用“博大精深”来形容它丝毫也不过分。我对《道德经》的理解主要是讲求“无为”，“尊重规律”。

第一段“道可道，非常道，

名可名，非常名。”是说作为世界本源的道是可以用语言来形容的，但并不是永恒的。“名可名，非常名。”说的是可以称呼的名不是恒常的名。“无名天地之始，有名万物之母。”是说天地刚刚呈现时是没有名的，万事万物逐渐出现时才有了各自的名(但并不永恒)。“故常无欲，以观其妙，常有欲，以观其徼。”意思是之所以经常在没有欲求时来探究它的奥妙，有的时候探究它的倪端。“此两者，同出而异名。”是说有和无这两方面都同出于道却有不同的名称。“同谓之玄”都同样可以被认为深远微妙，难以把握。“玄之又玄，众妙之门。”这里指的是这种玄而又玄的道是一切奥妙的门径。

这一段作为《道德经》的起始，详细阐述了老子对规律的理解。在《道德经》里，道指的就是规律。而道家思想对规律的最根本的见解就是“规律是自然的，变化的，不为人所控制的。”对待规律的根本态度是“充分尊重规律，然后才是利用规律。”这是一种非常朴素的辩证思想。全面体现了我国古代人民对大自然的探索与思考，而这种探索与思考不是盲目的，是非常有计划、有科学根据的，它不仅对中国传统文化思想产生了深远的影响，其影响也远远超出了中国的范围。

老认为坚持按规律办事，一切都会顺利，而违背规律会得到大自然的惩罚。在第三十九章中，他是这样阐述的:“昔之得一者”古来大凡按规律办事的人，“天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以天下正。”这句话承接上句举了很多例证明尊重规律的好处。上天尊重规律可以清澈，大地尊重规律可以安宁，神灵尊重规律可以带来安宁，河流尊重规律可以水满，自然界万事万物尊重规律就可以生生不息，君侯大王尊重规律就可以得到天下。“其致之”推而言之。

“天无以清，将恐裂;地无以宁，将恐发;神无以灵，将恐歇;谷无以盈，将恐竭;万物无以生，将恐灭;侯王无以正，将恐蹶。”说的是天空不清澈就可能会爆裂，大地不安宁就可能会塌陷，神明不显灵就可能会消失，河流没有水就可能枯竭，万事万物不能生长就可能灭亡，君王不能统治天下就可能颠覆。“故贵以贱为本，高以下为基。”所以富贵以穷贱作为根本，高贵以低下作为基础。“是以侯王自谓孤、寡、不x，此非以贱为本邪非乎?”这局是举例说明上面一句，意思是所以说侯王都用孤、寡、不x这类贬义词自称。这难道不是以贱为根本吗?难道不是吗?“故致数舆与舆。世故不欲如玉，如石。”这是对上面的申论与例证的总结，说的是所以最高的荣誉就是没有荣誉，于是不要要求像美玉那样美丽，像石头那样坚硬。

由此可见，以老位代表人物的道家学派对规律是十分尊重的，这在几千年前的中国是很难能可贵的，这种辩证法虽然很不健全，但却具有非常强的科学性，这对现在我们的唯物论十分有帮助，为后来人们对唯物论的更深一步的研究奠定了一个十分坚实且广泛的基础。而且，从这一段中，我们也可以体会到老对无为的崇拜。

在现实和一些文艺作品中，我们常常会看到云游四方的道人，他们虚幻而飘渺，空灵且高傲。从他们身上我们看到的是飘逸，感受到的都是那种无为。

老说:“不尚贤，使民不争;不贵难得之货，使民不为盗，不见可欲，使民心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨;常使民无知无欲，使夫知者不敢为也。为无为，则无不智。”所以说圣人的治理方法是让人谦虚，让人博学，减弱人的志向，增强人的体魄，让百姓没有知识和欲望，所以智者也不敢滋事妄为，以自然无为的态度治理天下便没有做不好的事。

关于无为老在《道德经》第七篇里举了一个例。“天长地久。天地所以长久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先;外其身而身存。非以其无私邪?故能成其私。”意思是说天长地久，天地之所以能长久，是因为它们不为自己而生息，自然而然的存在，所以才能长久。所以说圣人把自己置于后，反而受到推崇，把自己置之度外，反而保全了自身。这不正是由于圣人不自私吗?所以才能构成就了他自己。

无为是一种心境、一种修养，是辩证的。站在老的角度，向社会推广无为，有助于国家的稳定，但如果站在历史发展的高度，片面的无为是无助于人类的进步的，所以对于当代的青年人理解古代老的无为论应该以辩证的方法，一分为二的看待，“则其善者而从之，其不善者而改之。”

对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”

《道德经》是一部中国古代朴素辩证法的启蒙巨著，拉开了从古至今几千年来人类对自然规律进行探索的序幕。辩证的去看待它，取其精华，弃其糟粕，对我们人生的指导是大有裨益的。

“无为”就是合道之为。通行本《道德经》第一章，老子就把天地未分之前的混沌状态称作“无”(无，名天地之始)。天地未分之前，世上什么也没有，只有“先天地生”的道在“周行而不殆”地运行，布生天地和万物。可见“道”就是世界产生、发展、变化的本原，是天地万物的母体，也就是现在所称的事物运动的客观规律，“无”是道的根本属性。“无为”即是根据事物的客观规律而采取的管理对策，是在对天地万物的运行规律有透彻理解后而采取的最简单而又最有效的管理手段。“无为”是一种管理理念，更是一种境界。

那么怎样才算是“无为”?怎样实施和推行“无为”?由于现阶段对世间万物及其客观规律的认识还很有限，对这些问题也许还没有准确一致的答案。但个人认为“无为”必有以下特点:

一、“无为”以平等为基础。虽然用现代科学的眼光看，天下万物因进化程度或组成的不同，有高等和低等、植物和动物、有机物和无机物等的分别，但在老子看来，天下万物都是由道产生的，它们既没有高低之分也没有贵践之别。在天地和圣人的眼里它们都是草狗(天地不仁，以万物为刍狗;圣人不仁，以百姓为刍狗)，都是一样的、平等的。从人类社会的角度看，天下万物有些是我们生活所必须的，有些是不直接需要的，有些从某种角度看是有害的甚至是致命的，但它们都是道安排给我们的朋友，它们有各自存在的理由，作为天地万物一员的人，不能也不应该根据自己的喜好来决定其它万物的生死。

比如细菌会使人类致病，许多人都讨厌它，但现代科学已证明如果地球上没有细菌，动植物的残体将无法分解，绿色植物将因缺乏养分而死亡，人类将无法从食物中得到营养，最后地球上的生命将会全部消亡。又比如，若地球上没有土壤等无机物，植物就没了食物来源无法继续生存，若没了植物，食草动物就没了食物，也不能存活，没了食草动物，食肉动物也无法继续存在。由此可见地球上的万物是一个生命链条，每一个都是同等重要，不可替代的。所以人们只能按道的要求与万物平等共处。人和人之间也一样，虽然肤色不同、语言各异、所从事的工作和生活方式也有区别，但在道这个母体面前都是兄弟姐妹，都是这个世界的平等一员。

万物是平等的，也是自由的和多样的。平等是前提，自由和多样是必然的结果，因为万物是平等的，它们各自有自己存在的理由、生存方式和生活规律即有各自的“德”。谁也不属于谁，谁也不能命令别人该怎样生活。世间万物是平等的、自由的和多样的，我们唯一能做的就是真心地按道的要求采取无为策略，让万物按各自的“德”自由平等也生长、生活。

在一个合道的社会里，因为人人都是平等的，所以它们在世间享有的权益(阳光、空气、财富、权势、自由、亲情、健康、病痛、快乐、痛苦等的总和)也是均衡的。比如，你若捐出了财富，你占有的财富是少了，但你却得到了别人的尊重和感激，享受了快乐，你的权益并没有因此而减少;你抢劫得了许多钱，你的财富多了，但你得天天防着警察，天天受到心灵的谴责而痛苦，你的权益也并没有增加。如此等等。如有人想要改变这种均衡性，这是不符合道的准则的，长期看也是肯定办不到。只有采取切实的措施来保护这种平等的权利，保障均衡的权益，才是社会长治久安的最优选择。“圣人”正是透彻地理解了这一点，才顺势而为，采取“无为”的策略。

二、“无为”以加强个人修养和以身垂范为手段。“无为”就是按客观规律办事，就是不妄为、不胡为。因此，要推广和实行“无为”就必须加强对客观规律的研究和探索，以增加所采取对策的目的性和准确性。同时，更为主要的是要加强个人修养，做到以身垂范。要秉持“道德三宝”――慈、俭、不敢为天下先。“慈”就是平等对待天下所有人，不分善、恶、美、丑都要照顾和关怀，象水一样“善利万物而不争”;“俭”就是不甚、不奢，不占有别人的资源和权益，天下人的资源天下人共享，天下人的权益天下人均分。要做到少私寡欲，多予少取。少私寡欲是前提，只有做到少私寡欲了，才可能多予少取;“不敢为天下先”就是在一定的范围内不提倡什么，也不反对什么，即不干涉别人的自由，同时，不争名、不争利、不争功。有了这样的修为，对客观规律的认识就会更深入、更全面，采取的管理措施才会更合道。

道布生了天地，衣养了万物，但道并不占有万物，也没有从中获得一点私利，因为他不谋私利，所以道成了世间万物的母体，它的功劳和功用才永远不会失去。受此启发，创建和管理一家公司也不能仅仅为了本公司的利益而巧取豪夺，所采取的管理措施必须要以有利于公司员工和合作伙伴的成长为前提，只有这样才能成为百年老店;同理“圣人”治国也不是为了个人或为某个小团体获取私利，而只是为了保护万物的平等权利，维护社会的公平和正义，是为了民众生活得更自由幸福。只有以此为目的而采取的措施才是符合广大百姓利益的措施，才是合道的“无为”政策。

三、“无为”以达至和谐为最终目标。实行“无为”就是为了达到人和人、人和环境、各环境因素之间的全面和谐。要实现这样的全面的和谐。领导者除了前述加强个人修养外，在目前对客观规律的认识还很有限的条件下，尤其要做好以下二点:一是善于倾听百姓的心声。“圣人无常心，以百姓心为心”。在对客观事物的认识上，处于第一线的“百姓”对客观事物的接触最直接，认识也最清楚，他们总结出的经验往往也最接近客观规律，他们也最清楚自己是不是得到合道的对待，他们的心声往往也就是“道”的要求，“以百姓心为心”就容易按客观规律办事，是实行“无为”的捷径。二是要当好调和万物矛盾的“气”。“万物负阴而抱阳，冲气以为和”，这个世界充满各种各样的矛盾，不光人和人之间，人和物、物和物之间都充满着各种各样的矛盾(阴阳)，矛盾本是对立的、不可调和的，但因为(道向阴阳之间)冲填了“气”而实现了和谐，由此可见“气”是调和矛盾、实现和谐的关键。

-->[\_TAG\_h3]道德经章心得感悟篇十二

前言：

《道德经》是中国文化的瑰宝，也是道家思想的主要篇章之一，其中第一章是《道德经》的开头，被誉为“天下第一章”，它揭示了中国道家思想中的核心内容。本文旨在从多个角度对该章节进行解析并得出个人的感悟和体会。

第一段：寂静为道，即道生万物

《道德经》第一章的第一句“道可道，非常道；名可名，非常名”表达的是道是根本无法被凡夫浅见的诠释，只有通过个人的灵性修养和超越才能真正明了。如同寂静为道，道非常道，道是不可言喻和定义的，只有深度的体悟才能触及它的本质。通俗来说，没有一种语言可以精确表达道的精神，因为道不是一个实在的物质，而是一种存在于一切事物的背后的力量。正是由于道被无限扩展，因此成为了一切事物的生命源泉，孕育了万物生灵的匠心独运。人们应该从自身出发去探寻思考，塑造自身的精神世界，并在理性和感性中寻找到人生的真谛。

第二段：无为而治，即顺应大自然

“无为而治，无事而有”是《道德经》第一章的另一个重点。它是一种顺应大自然的伦理道德，不必操之过急，也不要人云亦云，而是请求我们保持内心的宁静和被动地接受生命的命运。在大自然面前，人们无法像机器一样客观地分析每个环节，而应该根据其内心自然的本性来决定自己的行为方式。因为宇宙是一个巨大的有机体，每个物种都是它不可或缺的一个构成部分，每个个体也都有着自身的价值，而维持整个生态平衡的是一种我们无法掌控的宏伟力量。相对于这种浩瀚的自然力量，我们应该“无为而治”，以自在的心态去顺应和接受。

第三段：消除欲望，即格物致知

“淳于足味，温养盈室，民莫之能为而知，莫之能为而均。”，这一句话上半部分以温养的方式培养室内生命，下半部分则暗示对于人们的思想、情感，也要以类似的方式进行温养。消除欲望是一种达到这种温养的方式，是我们达到个人悟通的途经之一。欲望时常让我们的心灵疲惫不堪，缩小了我们的思想和视野，而去掉欲望，则会让我们的心灵更加轻盈和宁静。跟随着自身渴望人生的设计，放弃价值凡俗的追求，专注于精神引领的旅程会让我们在“淳于足味”的领域里感受到真正的收获。

第四段：失而不得，即归于本心

“失而不得，物之俞是也。”，这一后半部分是关于物的（事物独有的属性或力量）解释，它们都固有一定的自身属性和气质，失去某一物品，但它的影响却是可以留下的。在这种情况下，需要寻找到一种平衡点，即必须承认失去的事实，同时也要重新归于本心，不断充实自己的自我认知。在不为外物所影响的环境中，通过一系列学习和认识，我们可以逐渐摆脱对于社会观念、本能冲动、物质追求等外在一面的侵蚀，更加掌控自己的自我，强化自己的心理素质，增强自我防范机制。

第五段：回到原开始，即自然再生

“道生一，一生二，二生三，三生万物”，这一生命的源头之一，引发了人们对于本源的思考。在整个人类历史的长河中，道家思想时常被人们提及，其中第一章已经让我们开启了一扇窗，让我们可以看到道家思想更加深入的领域。从本质到实践，从实处来看，我们需要更积极地感受它的存在，在思考中不断提升自身，让“回到原开始”沉淀为人们不断创造和弘扬的智慧源泉。在这样的基础上，中国传统文化的流传不断被传家法师之手给接续下去，作为一种“自然再生”的状态，延续下去。

**道德经章心得感悟篇十三**

第一段：

《道德经》是中国古代哲学传承的典范之作，其中第一章更是为后人津津乐道。这一章的中心思想便是“道”，其描述了宇宙间的本原和定位。这让我不由得想起了人类文明发展初期，对于宇宙和人生的认识非常有限，但正是在对于“道”的探索中，我们逐渐领悟到自我存在的含义。在我的眼中，“道”等同于生命的核心，是超越我们凡人的智慧所在。它在我们现实生活的过程中，引导我们走向善良的方向。

第二段：

经书说道：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”这句话令我感悟最深。生命的起源真的是一个巨大的谜团，但整个宇宙从无到有，从最简单的元素开始，终于演变成为我们现在所熟知和认识的世界。借鉴“道生一”的思想，我们可以更好的理解自我与万物的联系，并且把握人生的本质。如何催生这一“一”的生命，如何使得其成为“二”，进而形成一个系统，这是我们人类探究的义务。我们所掌握到的知识从此数来，为一的基础，使我们开始思考到相对论，量子力学等现代领域，也是上面的“二、三”的涵义所在。

第三段：

《道德经》O章中关于对于道的叙述，直接或者间接提到“无为”，这而又寓含着意义重大的启示。人们总是认为，应该更加努力才能够取得成功，才能更好的生活。殊不知在很多情况下持续的努力却毫无效果。对于自然界而言，不存在所谓的“我努力”这一概念，万物皆是自然按照某种规律中旨地演化的。而这些规律，则是对应于生命本质的涵义。学习“无为”这一概念有助于我们克服“不讲道德”的坏社会风气和“功利主义”的恶按，更好的修文明道德。

第四段：

在这种“道”的理解之下，关注人性的恢宏和人际关系的正确化应运而生。人性的恢弘往往需要我们选择良善的行为。《道德经》提到：“善有善报，恶有恶报”，这是道德和人性的一种基本电流。良好的道德和行为，会很自然的引导人际关系的良好开展。而我们只有着眼于事物的角度之后，才能够找到最适合我们的道德准则，最适合我们的行为方式，在社会生活中更为人们所接纳和认同。这样才能真正理解“上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德”的真义。

第五段：

我们以人类文明的进步和生活水平的提高为保障，以望尽力的追求自我超越为动力，在学习《道德经O章》的过程中推动我们更进一步。这背后的愿景必须被清楚了解，从中寻求我们自己的发展空间，更好的提高我们的修养。当我们把这样一种逐渐取向的人生观投入到现实生活中去的时候，将会极大的推动我们的成长，更好的弘扬文化、玩好人生。

**道德经章心得感悟篇十四**

《道德经》又称《道德真经》，它是由中国古代伟大的思想家老子所著作。在读道德经之前，就已经阅读及听闻许多从此书中所流传出的脍炙人口的箴言精句。而不久前的深入拜读与用心体会，更是让我收获颇多，受益匪浅。我也由衷地感知中华传统思想文化的博大与精湛。《道德经》顾名思义以“道德”为其纲宗，论述治国、用兵、养生、修身之道。它简略深刻的辞藻、广博细致的内涵，被华夏先辈们美誉为“万经之王”

“道可道，非常道。名可名，非常名。”这是道德经的首篇。我的理解，或书或文放在开头和结尾的一定是其精华所在，而这被广为流传的一句，也自然流进我的心中，令我思迅良久。这句话的字面意义是说：道是可遵照的笼统的运动规律，但又不是一种恒定不变的笼统运动规律。依据事物的特性来冠以称号，是事物相貌的反映，但这种相貌不是原封不动的。而道的转义是道路，也能够引申为人生道路。人生之道无非是追求自由、幸福、健康、长寿之道。而同在一条人生路上却有着两种截然不同的走法，一种是圣人之道，它所追求的是淡泊名利、返璞归真、顺其自然之道，活的豁达而无私。而另外一种是走大多数人选择的常人之道，追求的是身外的名利，或是大富大贵，或是泯然众人矣。不同的道路走法自然不同，但都不能判定其本质的对与错。人的终身都在属于本人的道路上行走，道是人走出来的，正如鲁迅先生所说，这地上本无路，走的人多了，也就成了路。因而所谓“道”，就是一条人人都能够走得通的路。老子提出的“常道”就是这个道理。但我们大多都是走在能够通行的道路上，而不是走得通的道路上，因而有的人走到半途就停下了，有的人走进了歧路，有的人走得很辛劳。同样，“名”也不用专指称谓，他能够是功名，名分或是人世的一切价值。当我们自以为完成了许多人生价值时，老子却说你所完成的价值是真的完成了吗?这就是所谓的名可名，十分名。老子并不是要否认我们所做的一切活动，而是要让世人有所警醒：一切可道可名都不是真正恒久存在的。在这可道可名之外，还有一层不可道不可名但真正恒久存在的大道。老子要提示我们留意这真正恒久存在的大道，不要被你眼前的可道可名所蒙蔽。

接受传统文化的熏陶与洗礼自然能为我们的心灵与生活带来不一样的净化与感受，但在生活或工作中还是应抓住自身的根本，做一个能够仰望星空，也能做到脚踏实地的真人，诗和远方固然美好，按部就班的生活常态也尤为重要。所以在我们虔心拜读名作之时，也要结合我们自身，不断完善进化，取其精华，去其糟粕。成为一名于社会，于他人的奉献之人!

**道德经章心得感悟篇十五**

道教是中国土生土长的宗教。实际上我们民间传说的各种神和仙都是道教的神元。比如大家熟知的八仙过海，就是道教的文化故事。多年前，我曾看过一部台湾电影，名字就叫《八仙过海》。这部电影没有讲八仙如何大战四海龙王，而是将这八位神仙一一汉钟离、李铁拐、张国老、曹国舅、吕洞宾、韩香子、蓝采、何仙姑，如何得道成仙演绎得活灵活现，最后各持自己的宝贝渡海去蓬莱仙岛祝寿赴宴去了。

老百姓常爱说的一句歇后语：“狗咬吕洞宾，不识好人心”， 反映了道教文化在老百姓心中的广泛影响。吕洞宾在道教里被称为吕祖，北京白云观的吕祖殿就是为祭祀吕洞宾专修的殿堂。吕洞宾是干什么的呢?是一个手持指尘、 斜背宝剑、到处游走、行侠仗义的神仙，很像佛教里的观音菩萨，人们有了难事，他就立刻出现。所以，狗要咬这样的好人，不就是“不识好人心”吗。

要了解中国道教，首先要了解老子和他写的《道德经》。因为道教这个教名的由来，都与老子和《道德经》有着密不可分的关系。

老子的出生地是春秋末年的楚国苦县厉乡曲仁里，就是现在河南鹿邑县。老子姓李名耳，字伯阳，谥号聃。历史上孟轲被尊称为孟子，孔丘被尊称为孔子，孙武被尊称为孙子。那么为什么李耳不被称为李子而叫老子呢?按照历史记载，老子生下来相貌很奇怪，就像一个老头，一辈子形象没怎么变，因为从小长得就像老人，所以中年以其渊博的学识成名后，人们便尊称他“老子”。

他出生的年代比孔子早20年，公元前571年，死的年代已无法考证。为什么呢?他早年时曾在周朝做过多年掌管典箱的官，叫“守藏室史“，大概就相当于现在的国家图书馆长吧。他博览群书，学识过人，而从不张扬自己。但是后来他觉得周朝十分混乱、无能、衰败，所以就辞官而去。传说老子出行不骑马而骑牛，民间就有“老子出函谷关骑青牛”的说法，但是走到函谷关的时候，守关的关令尹喜拦住老子，恳切地说:“你要走了, 我断定你不会回来。你的学问太大，写些文章给我留下吧!”。于是，尹喜就把老子留在的谷关住了三天三夜，老子一口气写出了《道德经》，一共5000多字，留给尹喜，这就是今天我们看到的《道德经》。然后，老子出关而去，不知所终，所以老子死于何时何地无证可考。传说老子活了160多岁，也有传说老子活了200多岁的，这是因为人们相信老子修道养心是能够长寿的。

从上面的介绍中，我们知道老子比孔子年长二十岁，其为人与学识在当时的周朝已赫赫有名。所以，历史上留下了年经时的孔子向老子求教“礼”的故事。在司马迁的《史记.老子韩非列传》中就有这样的记载。孔子来到周朝国都，向老子请教关于“礼”的许多问题。老子对他说:“你刚才说的那些人，他们早已不在人世，连骨头都已经腐朽了，唯独他们的那些至理名言还留在我们耳边。而且有才德的人遇到好的机遇就要驾驭利用，没有好的机遇就要拿上自己的东西赶快离开。我听说过这样两种人：精明的商人深藏不露，仿佛没有什么财货似的；德行修养深厚的君子，外表容貌好像很愚钝的样子。你应该除去身上的骄傲的气质和过多的欲望，除去喜形于色的神态和华而不实的志向，因为这些都无益于你的身心。我所能告诉你的也就是这些而已。\"孔子回去后对他的学生说:“鸟， 我知道它能够飞，鱼，我知道它能够游水，野兽，我知道它能奔跑。奔跑的可以设网捕猎，游的可以用很细的线钓它，飞在天空的可用箭去射它。至于龙，因为它能乘风驾云而青上九天。我今天见到的老子，他就像是一条龙啊!”。从孔子对老子的由衷赞叹，就可以了解到当时人们对老子人格及智慧是何等的尊重与敬仰。

老子留给后人的全部智慧都集中体现在《道德经》里了。历史上《道德经》还有很多其他名称。如:《老子》 、《老子五千文》、《道德真经》等等。《道德经》是一本语录体的经典著作，5000余字，分81章，平均每章只有几十个字。前三十七章为《道经》，后四十四章为《德经》，所以称《道德经》。别看《道德经》只有5000多字，但其包含的内容从哲学、社会科学到自然科学，从天文、地理、自然万物，到政治、社会、为人处世，无所不包，无不涉及。仅仅把《道德经》概括成哲学著作是不全面的。

当然《道德经》最显著的特点，就是老子第一次把“道”作为中国古代哲学最高范畴，并进行了系统、详实和多侧面的论证。《道德经》 开篇就讲:“道， 可道，非常道;名，可名，非常名。”老子认为:“道”如果说得出来，那么它就不是永恒的道;“名” 如果能叫得出来，那么它就不是永恒的名。

来源：易学文化传承工程办公室

.

-->[\_TAG\_h3]道德经章心得感悟篇十六

《道德经》是一部由老子撰写的不朽著作，这部道教经典中写明了许多道理。

初看《道德经》，其晦涩难懂的差点使我放弃，但经过仔细研究，其中的意蕴又令人醍醐灌顶，回味无穷。

《道德经》分为上下两篇，分别讲“道”和“德”，这也是这整部文章的中心。

开篇第一句便是听的较多的“道，可道，非恒道。名，可名，非恒名。”其意为规律可以认识，可以说明，但不是永恒不变的，会随着事物发展而改变;规律可以用名称和概念概括，但这种概括也要随着事物发展而变化。我把它和我所学的知识联系起来，大概就是社会存在决定社会意识，经济基础决定上层建筑。

据了解，老子知识渊博又十分好学。在受教学习时，老子总是精益求精，打破砂锅问到底，对知识非常渴望。然后为了解开自己的疑惑，他经常仰头观望日月星辰，思考天上之天为何物，以至于辗转难眠。我认为在老子仰望天空思考时，已经是在参透自然之道的途中了。

《道德经》中的“道”，不仅是自然之道，还有个人修行所需的道，这便有了“德”。“天之道，损有余而补不足;人之道，损不足以益有余”，“德”就是个人修行所需要的。老子写出《道德经》或许是想让人理解自然之道，并且学会如何自我修道，而拥有德，是修道必不可少的，只有以德为基础，才能修好个人的道。

《道德经》中“德”找了比较大的部分，与其是基础有很大关系。其中有说到“故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼。”大致意思为以前的世界在天道的约束下发展，因为社会发展天道离我们而去，就需要道德来维持发展，现在道德又失去了，只能采取仁义的方式，让人们懂得什么是爱，什么是推己己人，当世界有爱，一切都回美好。现在人心不古。连起码的爱人之心也丧失了。所以我们教他们什么是道义，什么是正确的，什么是错误的。但道义不足以约束人们，所以我们需要一个更有效的.方式，那就是礼仪。李双优说“德是仁、义、礼、智、信的和合统一”，这让我懂得了坚持这些美好品质是多么的重要。

在《道德经?中我学习到：用“道”，可以事半功倍;为人,只要有“德”,就可以掌握自己的“道”。

道德经个人阅读心得4

纵观《道德经》，只五千余字，但章章锦绣，字字珠玑，微言大义，可谓博大精深。数次读罢，仍多有不解之处，然只窥冰山一角，亦觉受用无穷。正如尼采所说：“老子思想的集大成——《道德经》，像一个永不枯竭的井泉，满载宝藏，放下汲桶，唾手可得。”

《道德经》一书，“道”一字贯穿全文，可谓中心，道是什么，老子说道隐无名(第四十一章)，道实际上不可言说，但我们还是希望道有所言说，所以勉强给它一种代号，称之为道，就我理解，类似于西欧哲学中的“逻各斯”(仍有区别)，即世间万物变化的一种微妙尺度和准则。

老子警告我们：“不知常，妄作，凶。”(第十六章)并用《道德经》向我们传授了许多有关道的感悟，教导我们如何通过了解自然规律，并以此指导个人行动来全生避害。而关于自然规律，老子提倡“无为”，“无为”是老子思想中一个重要的理念，正确理解这一理念对领会老子以及整个道家学说至关重要。有人认为老子的思想比较消极，不如孔子积极，就是因为对老子的“无为”二字理解错误所造成的。“无为”二字不是不作为，而是不妄为，不违反自然规律的过分作为。

反者道之动(第四十章)，物极必反，所以过分作为必将适得其反，老子举例说道：“自见者不明，自是者不彰，自伐者无功，自矜者不长。”，(第三十三章)而老子提倡的正确做法为“袭明”，既“将欲弱之，必先强之”(第三十六章)，“袭明”的通则冯友兰先生解释：“想要得到的东西，须从反面开始，想要保持什么东西，就要在其中容纳一些与它相反的东西。”故而欲强，必先知弱。“圣人后其身而身先，外其身而身存。非以其无私邪?故能成其私。”(第七章)，“为无为，则无不治。”(第三章)。如今社会人们的物质财富越来越殷实，然富而不贵者，比比皆是，何以至此，皆因人们过分追求，正如《小窗幽记》第一章所述：“醒食中山之酒，一醉千日，今之昏昏逐逐，无一日不醉。趋名者醉于朝，趋利者醉于野，豪者醉于声色车马。”醉，便有欲，欲，则有求，求，必缺静，躁，终将过，过，犹不及。“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。”(第四十六章)，所以，必须清心寡欲。

关于如何清心寡欲，老子说：“绝圣弃智，民利百倍。(第十九章)，不尚贤，不使民争(第五十七章)”，既必须摒弃虚名，而后《道德经》十六章云：“致虚极，守静笃。”并守意念清明，便可清心寡欲，便可无为。所以说圣人把自己置于后，反而受到推崇，把自己置之度外，反而保全了自身。这不正是由于圣人不自私吗?所以才成就了自己。老子说：“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽。(第十二章)”所以我们要“见素抱朴，少私寡欲”(第十九章)正如周国平先生说：“人应该致力于成为优秀的人，名利只是优秀的副产品。”少私寡欲是一种静心的境界，能使自己自觉地坚持自我反省，能时刻检束自己的贪欲之心、遏制自己的非份之想，于是便可守清耐贫，不受名利困扰，安心工作，不做画蛇添足之事，从而提升人生境界。

静心除了清心寡欲，不妄为，还有谦逊，这样就像老子推崇的善道者：“豫兮若冬涉川;犹兮若畏四邻;俨兮其若客;涣兮其若凌释;敦兮其若朴;旷兮其若谷;混兮其若浊。”君子谦逊行事，谨遵天道，因为就人类活动而论，一个人前进的极限是相对于他的主管感觉和客观环境而存在的，“富贵而骄，自遗其咎”(第九章)，骄就到了前进极限，艾萨克·牛顿说他感觉到他对于宇宙的认识与整个宇宙相比，简直是一个在海边玩耍的小孩对于海的认识因此，正因如此，他才取得了相对于人类的巨大成就。

而有了综上所述的德性，无为、清心、谦逊后，人自然会有淡然超脱的心境，宠辱不惊，善利万物而不争，于品格修养，有“唯之阿之，相去几何?善之恶之，相去若何?”(第二十章)的淡定从容，这种君子会以自身为辐射中心，带动良好的风气，因为“重为轻根，静为躁君”(第二十六章)，不仅抑制了自身的轻浮躁动，也会令周围人心向往之。宠辱不惊，“故贵以身为天下，若可寄天下。爱以身为天下，若可托天下”(第十三章)。如此不争，则天下莫能与之争。

小子自知浅薄，读罢《道德经》略抒己见，为免贻笑大方，于此先行告罪。

**道德经章心得感悟篇十七**

道德经第章是一篇关于道德、哲学的经典之作。从中我们可以读到涵盖了关于生命、道和自然的思考。每一位读者对这篇经典的理解都可能不尽相同，就我个人的阅读体验而言，感悟和体会如下：

第一段：道德经的基本思想

首先，道德经第章所表达的基本思想无疑是“道”。“道”是这篇经典的核心概念，也是古代哲学的基本概念。经文提到，“道可道非常道”，这句话意味深长，道是一个无法被言语、符号诠释的概念，它是普遍存在于人内心深处的本质。人们无法看到它，但可以通过道德经将其表达出来。道德经多次提到，道是至高至远的存在，它与自然之间有着密不可分的关系。因此，我们应该尊重大自然，感受自然的力量，因为它正是“道”的一部分。

第二段：诠释经文的关键词汇

“无，有之间”是另一个关键词，这是作者在经文中所使用“道”的两种不同面貌。这种面貌的转化代表了世界万物的不同状态。无是自然状态，有是物质状态。在“无有之间”中，我们可以感受到动态的存在与静态的存在之间交替出现的哲学思想。人类和自然之间的相互作用被称为“道”的一部分，这是人们应该如何根据恰当的原则与大自然和谐相处的道路。

第三段：大道运作的核心

“反之则为道.”，这是经文所描述的一个非凡的阐述。在我的理解中，它意味着我们应该时刻保持冷静的头脑。无论是遇到好的事还是坏的事，我们都应该想一想它所展示的意义，在这里，我们可以看见“道”与人性之间巧妙的联系。任何一位理性的人都发现自己内心中有着此种思想方法。大道运作的核心是保持平静，而人性的本质也是如此。

第四段：阐述的智慧

“上善若水”，这是经文中的另一个哲理智慧。这是道德经中对人类为何要尽可能地遵循大自然原则的解释。水是自然界最常见的物质，而作者认为，上善若水者，是最高的道德境界。因此，我们应该像水一样，时刻保持平静的头脑，表现出平和、谦卑的态度。这种态度不仅适用于个人道德价值，还适用于社会道德。

第五段：意义和价值

道德经是一个充满意义和价值的哲学作品。作为一位读者，我深信这篇经典结合了人类对自然、道德和人性等多方面的认知。第一章首先引导我们认识到“道”的存在，而后通过具体的描绘、诠释，揭示出自然与人的交互和共享等现象。我们也看到了人性的本质，正如古人曾说过,同风相济，其效倍增；同德相求，其功未尝不立。这种想法被形塑成一种等候吸纳的方式，这才被称为“道”。因此，我深信这篇论述了“道”如何运作及其道德境界的哲学性作品，将成为人类哲学思考的经典之作。

**道德经章心得感悟篇十八**

经过阅读《道德经》这本古老而神奇的经典著作，我深受启发，犹如闪电般领悟到了许多人生哲理和处世之道。在这篇文章的结尾，我想总结一下我的感悟和体会。

首先，通过学习道德经，我明白了一个重要的道理：凡事顺其自然。在现代社会，人们经常追逐功利和物欲，往往忽略了自然的规律。然而，《道德经》告诉我们，自然界万物皆有其自然的规律，人类也不例外。我们应当顺应这个规律，不要强求，不要过度追求功名利禄。只有在顺其自然的基础上，我们才能够真正实现内心的平和和谐。

其次，道德经让我重新思考了人与人之间的关系。在快节奏的现代社会，人与人之间往往只是匆匆过客，缺乏真正的沟通和关心。道德经提醒我们，要以礼待人，要和谐共处。无论是家庭、朋友还是同事，我们都要尊重对方，互相关心，互相包容。只有在这样的关系中，我们才能够获得真正的幸福和满足。

第三，道德经让我明白了一个重要的道理：要守住中庸之道。过去，我常常陷入极端思维，要么过度追求某种东西，要么对其彻底抵制。然而，《道德经》告诉我们，中庸之道是一种平衡和谐的状态。我们不能太过激进，也不能消极怠工。我们需要保持适度，处事平和，不走极端。只有在中庸之道上，我们才能够有效地解决问题，实现自己的价值。

第四，道德经启示我要修身齐家治国平天下。在现代社会，很多人只关注自己的利益和幸福，忽视了整个社会的稳定和发展。然而，《道德经》告诉我们，每个人都应当承担起自己的责任，做好自己的本职工作。只有在我们自身修身齐家的基础上，我们才能够履行好公民责任，为社会做出应有的贡献。

最后，道德经让我明白了一个重要的道理：要追求内心的宁静。在忙碌的生活中，我们常常迷失了自己，忽视了内心的声音。然而，《道德经》告诉我们，只有静下心来，内心才能够平静下来。我们要追求内心的安宁和平静，不被外界动荡所干扰，不被浮躁的心态所牵连。只有在内心宁静的基础上，我们才能够真正实现自己的价值，走出属于我们自己的道路。

总之，在学习《道德经》的过程中，我取得了很多心灵上的收获。我深刻认识到自然的力量和人与人之间的关系，明白了追求中庸之道的重要性，重拾了对自己和社会的责任感，追求内心的宁静。我相信，只要我们能够真正理解和践行《道德经》中的智慧和原则，我们一定能够在这个充满挑战和变化的世界中找到自己的位置，实现自己的人生价值。让我们一起努力，学会宽容和谦卑，重新建立起一个和谐、进步的社会！

**道德经章心得感悟篇十九**

我读的《史记故事》，是节选自司马迁《史记》中的一些人物故事的白话本。这本书只节选了30篇史记中的故事。古人说过“一叶而知秋”，读《史记故事》我完全可以领略《史记》的历史、文化的精深。

仰望夜晚的苍穹幽深而遥远，繁星闪烁，又使多少人沉醉其中，迷恋、憧憬，感慨万千。《史记故事》犹如这深邃的夜空一样给人思考、哲理，前车之鉴的警醒。

走进《史记故事》一个个帝王将相，士族文人的音容笑貌、谈笑风生跃然纸上。跟随他们的脚步，我目睹了他们在那个时代留下的串串印记。有的人圣德，有的残暴，有的英武，有的昏庸，帝尧禅让开启圣德，商纣酒池肉林、炮烙之刑无不揭露其有多残暴，周厉王防民之口，让百姓道路以目的暴虐无道，周幽王为搏褒姒一笑烽火戏诸侯的昏庸，项羽刘邦的楚汉相争的风起云涌的治国策的较量，廉颇蔺相如将相和的美谈。一个个生动的故事一个个鲜明的人物成为古今文学典范。这也许就是母亲说的几千年来我们中国人厚重的文化底蕴，是我们的文化树的根基。只有这如此丰厚的根基，我们中华民族才能屹立于世界民族之林。

“读史使人明智”说的一点也不假。《史记故事》作为历史书籍带给我们的思考无穷无尽，它的哲理让看过他的人一生受益。当我读到《卧薪尝胆》时，越王勾践的毅力，改正错误的决绝，让我心生佩服，他让我明白：面对困境时，我们的心态决定了我们的未来。《破釜沉舟》、《背水一战》让我对军事家项羽、韩信敬畏不已。“陷之死地而后生，置之亡地而后存”让我们这些后辈明白：身处绝境拼死一搏的能量有多么巨大!《纸上谈兵》赵括惨败秦军，让我明白“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，一个语言的巨人，却可能是一个行动的矮子。我们要多思考、多实践。每一个故事，让我们读过之后，都是一种启迪;每一个故事我们领会之后，都将变成我们的一种智慧!

我读了至少五遍《史记故事》才敢拿起笔写这篇读后感，因为他的厚重、智慧、仁德，不容许我亵渎!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com